ДЕЦАТА В ДИГИТАЛНИЯ СВЯТ:
ПЪРВИ СТЪПКИ В БЕЗОПАСНОСТ

Информационен лист за родители от екипа на ДГ 41 „Приятели“

Скъпи родители,
В днешния свят децата се срещат с екраните от най-ранна възраст. В детската градина използваме технологиите единствено под строг контрол и с образователна цел. За да защитим заедно най-малките и у дома, ви предлагаме няколко лесни, но важни стъпки за дигитална безопасност.

1. Златни правила за възрастта 3–7 години

- **Никога сами пред екрана:** Децата в предучилищна възраст не трябва да сърфират в интернет или да гледат видеа без присъствието на възрастен. Дори в детските платформи алгоритмите могат да предложат неподходящо съдържание.
- **Времето пред екран има значение:** Специалистите препоръчват за деца от 3 до 5 години екранното време да не надвишава 30–60 минути на ден, а за 6–7-годишните – до 1 час, разпределено на кратки интервали с почивки.
- **Без екрани преди сън:** Изключвайте телевизора, таблета и телефона поне 1 час преди лягане, за да осигурите спокоен сън на детето.

2. Как да настроим устройствата у дома?

- **Използвайте детски профили:** Инсталирайте приложения като *YouTube Kids* вместо стандартните платформи.
- **Включете „Родителски контрол“:** Активирайте филтрите за безопасно търсене (SafeSearch) в браузъра и ограничете възможността за случайни покупки в игрите.
- **Заключете с парола:** Не споделяйте паролите на телефона или таблета с детето.

3. Как да говорим с детето? (Три лесни правила за запомняне)

Обяснете на детето на разбираем език следните три правила:

1. **„Екранът се включва само с мама или тате“** – не натискаме непознати бутони и реклами сами.
2. **„Не казваме кой сме и къде живеем“** – името, адресът и детската градина са тайна за непознатите в интернет.
3. **„Ако видиш нещо страшно или странно – веднага извикай възрастен“** – уверете детето, че никога няма да му се карате, ако ви покаже нещо, което го е уплашило.

4. Внимание към „дигиталния отпечатък“ (Снимки в мрежата)

- Помислете добре, преди да публикувате снимки на детето си в публични профили в социалните мрежи.
- Избягвайте снимки, на които се виждат отличителни знаци (име на детската градина, адрес, регистрационен номер на кола).
- Уважавайте личния избор на другите родители – не публикувайте групови снимки с чужди деца без тяхното разрешение.

Полезни контакти при нужда от съвет или сигнал:

- **Национален център за безопасен интернет (Safebg):** Безплатна линия за консултации за родители и деца – тел. **124 123** (в делнични дни) или чат на safenet.bg.
- **Държавна агенция за закрила на детето (ДАЗД):** Национална телефонна линия за деца и родители – тел. **116 111** (денонощно и безплатно).
  Нека заедно научим децата си да използват технологиите разумно и безопасно!